№ 6.

25-го Января
1926 года.

„ФИЗ



КУЛЬТУРНИК"

ИЗДАНИЕ
ВЫСШЕГО СОВЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ БЕЛОРУССИИ
г. Минск.

Умственная работа и телесные упражнения.

Всегда думали, что после напряженной умственной работы необходимы сильные телесные упражнения, которые отвлекая кровь от мозга действуют оздоровляюще на весь организм.

Между тем решение этого вопроса вовсе не столь легко. Умственная и мускульная работы не только равносильны для организма, но нельзя даже строго отделить умственную работу от телесной; первая утомляет не только мозг, но и весь организм и наоборот после мускульного напряжения появляется утомленность в мозгу.

Энергия, требуемая как для физической работы, так и для умственной вырабатывается во всем организме и после истрачивания ее снова накопляется во время отдыха и сна.

Итальянский физиолог МАССО при помощи целого ряда научных опытов доказал, что работоспособность всего организма одинаково понижается как после умственной, так и телесной работы человека. Конечно, в этом вопросе как и во многих других не может быть единого масштаба для всех людей, т. к. природные данные человека, привычка и тренировка делают границы утомления организма различными. Вместе с тем мы знаем, что многие лица, занимающиеся умственной работой при помощи утренних прогулок и вообще движений, если это делается не до утомления, освежают свой организм и дают толчек к повышению умственной деятельности и наоборот те, кто доходит своей физической работой до утомления теряет способность заниматься даже легким умственным трудом.

Из всего вышесказанного становятся ясным те требования, которые необходимо пред'являть при телесных упражнениях работников умственного труда, а именно: не следует при умственной утомляемости давать организму напряженных мускульных упражнений. В особенности последние относятся к тем упражнениям, которые вызывают значительное нервное напряжение. Известно, что особенно сильное напряжение нервной системы требуется при тяжелых упражнениях, на снарядах, при фехтовании и при всех физических упражнениях, где необходима ловкость и напряженное внимание. Если-бы мы не обращали на последнее внимания, то мы бы к умственному утомлению прибавили-бы еще повреждение нервной системы.

Какими-же формами телесных упражнений мы обладаем для общего укрепления всего организма работников умственного труда?

Здесь, конечно, большую роль играет возраст, а также физическое состояние организма. Для пожилых и для людей страдающих какими либо болезненными процессами, препятствующими к занятиям в кружках физической культуры, лучшим способом являются спокойные прогулки на свежем воздухе и некоторые игры как городки, медицин—бол (легкие упражнения) и водяные процедуры.

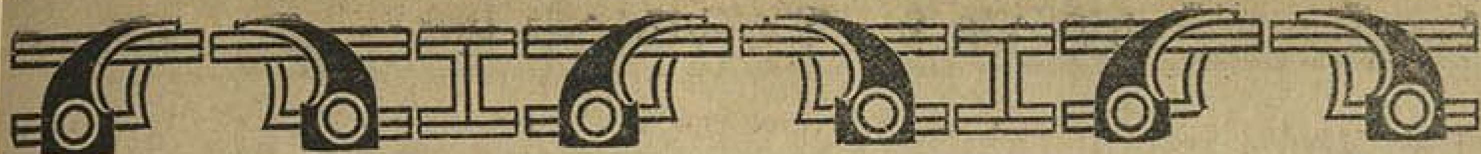
Для молодежи-же и людей, находящихся в зрелом возрасте и физически здоровых, которые по своей профессии проводят большую часть своей жизни в сидячем положении, лучшим методом укрепления организма и более правильного кровообращения будет целый ряд легких спортивных занятий. Сюда относятся летом: экскурсии—прогулки, плавание, легкая гребля, игры (теннис, городки, лапта и др.); зимой: лыжи, коньки, санки.

Вместе с тем имеется целый ряд лиц умственного труда, которые по целому ряду причин не могут заниматься спортом в организованных спортивно-гимнастических группах. Для таких лиц лучшим методом укрепления своего организма будет занятие комнатной гимнастикой.

Последняя не отнимает времени и вместе с тем дает определенную физическую нагрузку всему организму. По комнатной гимнастике имеется целый ряд руководств, которые по своей ценности друг от друга весьма мало отличаются, а потому при выборе того или другого руководства необходимо останавливаться на тех, где имеются более простые упражнения и требуют наименьшей затраты времени для них.

Активные упражнения при помощи комнатной гимнастики должны быть всецело соединены с методами пассивного укрепления тела. Сюда относятся: постоянное проветривание комнаты, ежедневное обтирание всего тела или души и солнечные и воздушные ванны.

Работникам умственного труда необходимо всегда помнить, что работоспособность их зависит не только от крепости мозга, но и от физической силы всей мускулатуры, сердца, легких и правильного обмена веществ. А. Д.



Здоровые обычаи.

(статья пред. Красного Спортинтерна т. Подвойского для нашего журнала).

На лучших фабриках и заводах СССР уже введено в строй и обычай фабрик и заводов, чтобы рабочие до работы и после работы мыли бы руки. Для этого в определенных местах имеются мыло и полотенце. Это здоровое достижение следует распространить во всех без исключения предприятиях, учреждениях, школах, а также клубах и в тех местах, где рабочая масса проводит время в занятиях, в творчестве и развлечениях.



Надо только итти к тому, чтобы ручные полотенца менялись несколько раз.

У пионеров есть социально-здоровый обычай: при встрече с товарищами приветствовать друг друга—не рукопожатием, а поднятием руки впереди лица, выше головы. Этот социально-здоровый обычай сам напрашивается в советский быт. Его следует возможно скорее перенять всем взрослым рабочим и ввести. Этот новый знак приветствия имеет социальное и политическое содержание большое. Это пионерское приветствие означает, что у поднимающего руку впереди лица, выше головы,—интересы пролетарской революции стоят выше его собственной жизни и и ценнее головы.

Новый знак приветствия избавит нас от многих случаев переноса, посредством прикосновения рук, заразных, прилипчивых болезней (венерические, туберкулезные и многие другие, передаваемые посредством прикосновения тела и одежды).

Все наши культурные, воспитательные и образовательные учреждения, органы и организации должны помочь широким массам возможно скорее ввести этот обычай в новый быт масс.

Эти два обычая, если мы будем упорно помогать друг другу и ввести—обычай, чтобы как дома, так и на фабриках, заводах, в учреждениях, школах и войсковых частях не приступали ни к какой работе и еде не оставляли рук грязными и пионерское приветствие—сразу понизят процент заразных болезней. особенно кожных, глазных, горловых, носовых.

В этом отношении мы должны взять пример с рабочих Германии, Англии и Скандинавии, которые уже десятки лет ввели у себя этот обычай и вследствие этого процент заболеваемости заразными болезнями в этих странах понизился до мини-

Н. Подвойский.

Физкультурники, пишите, подписывайтесь на свой журнал „Физкультурник".



Орша не отстает.

Первый пленум Оршанского ОСФК.

15-го января открылся первый Пленум Окружного Совета ФК, на который с'ехались представители всех Районных Советов Физкультуры. В порядке дня пленума стояли следующие вопросы: доклад об итогах 2-го Всебелорусского с'езда физкультурников, доклады Горецкого и Дубровенского Районных Советов, доклад о методах секционной работы и текущие дела.

Доклад об итогах 2-го Всебелорусского с'езда вызвал усиленные прения и выступавшие в них товарищи доказали, что физкультурный актив в Оршанском округе за последнее время сильно вырос, что им вполне правильно понимаются задачи нашей физкультуры и четко и неуклонно проводятся в жизнь постановления 2-го Всебелорусского С'езда Физкультурников.

Доклады Горецкого и Дубровенского Райсоветов точно обрисовали положение физкультуры в районах и выявили как целый ряд достижений, так и недостатков. Если в прошлом году физкультура в районах только намечалась, то в настоящее время она стала там уже на твердые рельсы. Мы видим, что Районные Советы имеют твердый состав, что последними организованы ряд кружков, проводится определенная агитационная работа, но вместе Райсоветами ФК не использованы в достаточной мере все возможности нашей работы. Так имеющиеся постановления о нашей работе правительства, партии, ЦСПСБ не нашли себе должный отклик на местах, в силу чего ряд организаций и ведомств не принимают должного участия в нашей работе.

Из докладов этих же районов видно, что заседания происходят эпизодически без всякого плана, что конечно, сказывается на работе.

Горецким Райсоветом Физкультуры не учтена возможность широкого использования сельско-хозяйственной академии, для укрепления работы по ФК, между тем как последняя обладает достаточным количеством актива и средствами.

Дубровинским районом обращено мало внимания на правильную постановку занятий по ФК на текстильной фабрике, несмотря на то, что им даны были соответствующие указания.

Та деловитость с которой проходил пленум, тот состав активных районных работников, которым располагает Оршанский округ, то живое участае представителей ведомств и организаций, начиная с Окрисполкома и кончая женотделом, в работах пленума, а также всей работе по физкультуре дает полное основание полагать, что недостатки выявленные на первом пленуме безусловно будут изжиты ко второму.

Вся работа пленума прошла под знаком единодушного выполнения решений 2-го Всебелорусского С'езда Физкультурников.

Орша первая положила началу созыва пленума с участием Районных Советов, поэтому примеру необходимо последовать и остальным округам.

Коллективное выявление наших недостатков с широким обменом мнений явятся залогом успеха нашей дальнейшей работы.

Л.

Без укрепления районных Советов физкультуры немыслимо ее продвижение в деревне.

Как строить урок физкультуры для возраста 9—12 лет.

Прежде чем приступить к занятиям физическими упражнениями, необходимо точно знать все особенности состава обучающихся и те неправильности организма, получающиеся в результате профессионального труда, которые нужно исправить физическими упражнениями. Дети являются такими же работниками одностороннего профессионального труда, как и взрослые работающие у станка. Особенности указанного возраста прежде всего заключаются в гибкости и хрупкости костяка. Позвоночник легко поддается различным односторонним влияниям, вследствие чего часто получаются стойкие иногда на всю жизнь сохраняющие изгибы и деформации его. Вынужденное долгое сидение в душной комнате, напряжение умственной деятельности и органов чувств, замедляют общее развитие организма. Ребенок теряет свою веселость, уроки воспринимаются трудно. Весь организм ребенка стремится на свежий воздух, требуя движений. Это особенно заметно, когда после уроков дети веселой гурьбой выбегают на двор и, несмотря на холод и жару, начинают играть, бегать, прыгать, бороться и т. д. Жизнерадостность, выливающаяся у детей в форме игры вполне для них естественна, т. к. соотношение об'ема сердца и просвета кровеносных сосудов дают возможность циркулировать крови более интенсивно и быстрее, вследствие этого протекает обмен веществ. Все перечисленное выше необходимо учитывать и строить занятия в двух направлениях: коррегировать неправильности организма и с другой стороны, придавать всем занятиям характер веселой игры, строя на игре занятия. Но не надо забывать, что урок теряет свое оздоровляющее значение в том случае, если он будет построен в начале слишком сильно (бег, прыжки) или, если к середине урока кривая пульса дошла до своего крайнего, в этом уроке, предела. Такое построение урока гнетущего и болезненного подчас состояния ничего не даст. Об'ясняется это тем, что в утомленном организме скопилась масса ядов утомления и органы не успевают справляться с их уничтожением и выведением из тела. Благодаря этому у детей наступает понижение жизнедеятельности организма и психологически это выражается в отвращении к данным физупражнениям. Профессор Горыневский по этому поводу говорит следующее: „Воля человека только в одном отношении может повлиять на проявление утомления, а именно: в следующем: если причувствие (первом) усталости человек временно прекращает работу, чтобы снова ее начать после какого то короткого отдыха и при этом будет правильно чередовать работу с отдыхом, то усталость каждый раз будет быстро исчезать, первоначальная работоспособность будет возвращаться и результат работы в этом случае будет наилучший. „Эти слова ясно говорят за то, что урок никогда не должен строиться без определенных моментов отдыха, за счет ли отвлекающих движений или других. Урок, построенный с постепенно возрастающей нагрузкой для сердца с частичными отдыхами после каждого трудного движения даст то веселое и бодрое настроение, которое нам необходимо добиться в проводимых уроках.

Для того, чтобы урок шел (естественно) весело и в то же время можно было бы добиться известной пользы от него, то, повторяю, нужно строить занятия в виде непрерывной игры, где отдельные элементы будут теми физическими упражнениями, которыми мы будем стремиться исправить неправильности организма.

Савич.

Укреплять человеческое здоровье нужно начинать с самого раннего возраста.

Несколько слов о тяжелой атлетике.

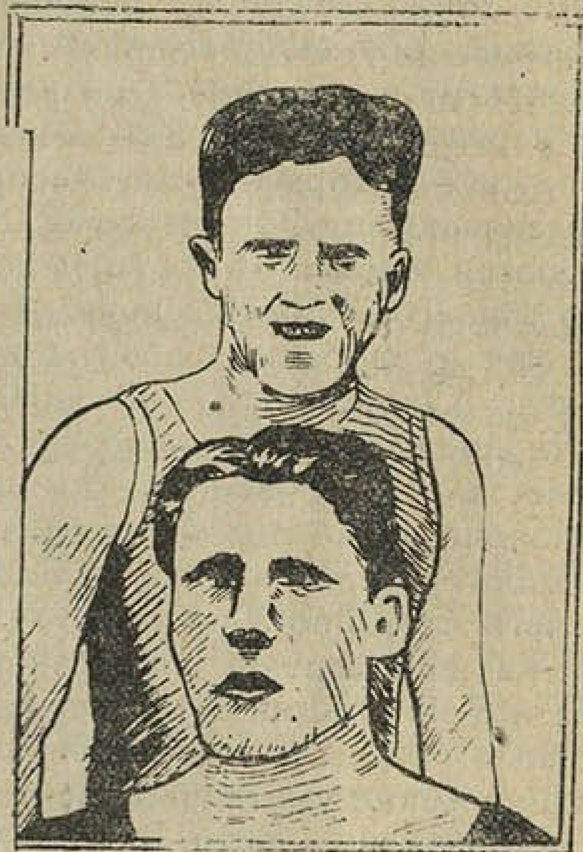
(К началу Окружных Соревнований).

По сообщению из целого ряда округов там уже приступлено к соревнованиям по поднятию тяжестей и французской борьбе.

К более организованному и широкому культивированию тяжелой атлетики мы в Белоруссии приступаем впервые.

Директивы, данные 2-м Всебелорусским С'ездом Физкультурников заставляют нас перейти к более широкой секционной работе. Среди целого ряда секций одно из первых мест по праву должно принадлежать секции тяжелой атлетики.

Многочисленные научные исследования как Западной Европы, так и СССР достаточно ясно опровергли все те нападки, которые имели место до последнего времени по вопросу о влиянии тяжелой атлетики на организм человека.



На предстоящих окружных соревнованиях к изучению вопроса о влиянии тяжелой атлетики на человека. Мы хотим своей работой внести в этот вопрос и свою долю ясности. Ведь поднятие тяжести и борьба по своему существу являются естественными видами упражнениями, так как присущи самой природе человека. Кроме того, как метод физического воспитания тяжелая атлетика, в особенности борьба, действуя на весь организм, способна укрепить его в достаточной мере и создать целый ряд необходимых человеку навыков (сила, уменье управлять своей мускулатурой, координацию отдельных групп мышц, быстроту реакций и целый ряд других жизненно-практических навыков). В особенности тяжелая атлетика является лучшим способом вовлечения взрослого рабочего и крестьянина в спортивно-гимнастическое движение. т. к. известно, что к этим видам физических упражнений человек наиболее склонен по своим психо-физическим качествам (наследственное предрасположение, оставшееся от предков первобытной эпохи).

Конечно, здесь как и при любом физическом упражнении необходим умелый подход. Умелое руководство инструктора, возраст занимающегося, правильная тренировка могут вполне служить гарантией того, что тяжелой атлетикой не будет принесен вред организму, а создаст в человеке все то, что необходимо ему как рабочему, крестьянину, так и воину.

А. Д.

Соревнование по тяжелой атлетике в гор. Орше.

Закончившееся 1-го января 1926 г. городское соревнование новичков дало сравнительно хорошие результаты в поднятии тяжестей, принимая во внимание плохой тренинг, скверные, подчас непонятные атлетам вопросы питания, режима что в первый-же день отозвалось на результатах.

Меллер из-за излишка в 1/4 фунта, выступавший в среднем весе, в тренировках обычно легко переваливавший за 900 фунтов, на сорев-

новании дал сумму поднятого веса в классическом пятиборьи в $855^{3}/_{4}$ ф. и остальные показали те-же результаты, резко расходящиеся с цифрами тренировок.

Но несмотря на указанные недостатки все-же удалось побить чуть-ли не все прошлогодние достижения

Поднятые тяжести в классическом пятиборьи выражаются в следующем:

Легчайший вес: Абрамов жим двумя—148. Рывок левый—109.25—рывок двумя 148.25. Толчек правой —132.25, толчек двумя—182. Общая сумма таким образом равняется 720 ф.

Легкий вес. Ескевич: 170—115—168.5—167.25—198=819.75.

Средний вес. Меллер: 153.5—133—183—167.25—219=855.75.

Выступавший вне конкурса в легком весе Савич, показал следующие результаты: 175—145—183—172.5—237—912.5.

Указанные товарищи заняли первые места и примут участие в окружных соревнованиях, которые начнутся 6-го января. Устроенный в последний день соревнований вечер побития личных и окружных достижений дал несколько новых результатов. Так в легком весе, в рывке левой Савичем установлено новое окружное достижение в 145,5 фунта, легковесом Ескевичем побито свое личное достижение в рывке левой (120 фунтов), Меллер также установил новое личное достижение в сжиже двумя (161,5) и в толчке двумя (161,5) и в толчке двумя 225 фунтов, Симанович в легчайшем весе дал окружное достижение в толчке правым 145 фунтов. Савич.

Соревнования в Минске.

10, 11 и 12-го января Минским Окружным Советом Физкультуры были проведены соревнования по тяжелой атлетике (поднятие тяжестей и борьба).

Принимало участие 30 физкультурников от 10-ти кружков физкультуры гор. Минска.

Все участники были разделены на 2 класса: „А“ (участники, принимавшие участие в каких либо соревнованиях по тяжелой атлетике), „Б“ (новички).

Технические результаты по поднятию тяжестей.

Класс „Б“.

Легчайший вес. 1) Крейншин (Союз Печатников), набрав в 5-ти движениях 706 фун.

Легкий вес 1) Рубинштейн (Союз Строителей)—784 фунта, 2) Механик (Клуб КИМ)—783 фунта.

Средний вес. 1) Комаровский (Инструктор)—815 фунтов, 2) Борисевич (инструктор)—775 фунтов.

Полутяжелый вес 1) Гончарик (Об. Воен. Школа)—821 фунт.

Класс „А“.

Легкий вес. 1) Зубрицкий (инструктор)—906 фунтов, 2) Михневич (БГУ)—663 фунта.

Средний вес. 1) Свечников (клуб КИМ)—960 фунтов, 2) Фишер (клуб КИМ)—721 фунт, 3) Портнов (клуб Р. Люк.)—706 фунтов.

Полутяжелый вес 1) Кузьмин (Динамо) 907 фунтов.

Технические результаты по борьбе.

Класс „Б“.

Легчайший вес. 1) Фунт (Строители), 2) Сузанович (ОВШ).

Легкий вес. 1) Механик (Клуб КИМ), 2) Пономарев (№ Дивизия), 3) Калинин (№ Дивизия).

Средний вес. 1) Дризлов (ОВШ), 2) Цодиков (Союз Печатник), 3) Леви —(Пищевиков).

Необходимо отметить весьма способных борцов техников Микиницкого, Каралькевича и Пономарева.

В целом соревнования по тяжелой атлетике прошли довольно гладко как со стороны организационной, так и технических результатов.

Занявшие первые места будут командированы на Всебелорусские соревнования по тяжелой атлетике.

Минский.

ВЕСТИ ФИЗКУЛЬТУРНАЯ

Необходимо создать Райсовет.

(Логойск).

Районного Совета Физкультуры у нас нет. РИК считает излишним организовывать в деревне кружки физкультуры. Ведь деревенская молодежь, говорит он: „Так целое лето занимается физкультурой".

По всему району имеется один кружок физкультуры в местечке при Райпрофбюро.

Кружок организовался недавно, в октябре месяце 1925 года.

Он насчитывает 85 членов, из которых половина составляет комсомольцы. Помещение у нас также имеется, но правильно наладить свою работу кружок еще до сего времени не смог, в виду отсутствия Райсовета Физкультуры и руководства нашей работой.

Со стороны Окружного Совета тоже никакого руководства нет.

Р. В.

Физкультурим.

(Борисовский район).

При Старо-Борисовском Сельско-Хозяйственном Техникуме организовался кружок физкультуры. Занимались 46 крестьянских ребят, в возрасте от 16 до 26 лет.

Кружок оборудовал каток и ледяную горку.

Скверно то, что несмотря на интерес учащихся к занятиям физкультурой, администрация Техникума совершенно не помогает работать.

Есть у нас еще в Техникуме и Шашечно-Шахматный кружок и в нем 67 человек. Шахматный наш кружок уже принял участие в городском рабочем турнире Борисова.

Если принять во внимание, что у нас в Техникуме всего 100 человек, то можно смело сказать, что физкультурим мы здорово.

С. Косой.

Почему в кружке нет деревенской молодежи.

(Толочино).

При первой Толочинской Семилетке организовался физкультурный кружок, но в этом кружке не может участвовать деревенская молодежь, т. к. занятия устраиваются в день отдыха (воскресенье) и деревенская молодежь в это время уходит домой за провиантом.

Надо приспособить занятия так, чтобы можно было в них вовлечь и молодежь деревни, которая хочет и будет заниматься. Деревенский.

Выявляем достижения и недостатки.

(Минский округ).

Состоялось у нас на днях совещание работников деревенских Райсоветов Физкультуры. На совещании кроме докладов с мест обсудили мы вопрос о методах работы в деревне и о том как ее организационно построить.

Совещание наше показало, что интерес и стремление деревенской молодежи к физкультуре велики, но помощи очень мало.

Побольше помощи из города и тогда мы физкультуру сумеем развернуть широко. Ван.

И мы не отстанем.

(Черейский район, Борисовского окр).

В нашем районе реорганизован Совет Физкультуры и в нем теперь имеются представители от всех ведомств, которые дружно взялись за работу.

Происходят физкультурные занятия в семилетке, всего занимающихся 230 человек.

Комсомольцы вместе с Райпрофбюро тоже создали кружок из 40 ч.

Начались занятия с коллективом пионерработников.

Кроме средств, отпущенных нам РИК'ом, 200 р. мы добились еще отпуска Райпрофбюро по 10 р. в месяц.

Выписываем физкультурные газеты и журналы. Черейский.

С МЕСТ.

ДЕРЕВНЯ.

Шефам не интересно.

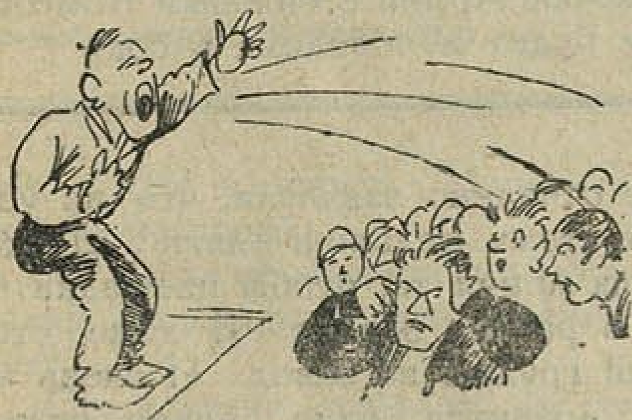
Летом у нас организовался спортивный кружок, в котором насчитывалось 22 человека. Несколько раз проводились занятия.

Приезжавшие к нам шефы, видя, что мы с охотой занимаемся пообещали нам прислать спортивные снаряды и раз в месяц посылать к нам инструктора, чтобы он показывал нам как работать.

Но из этого ничего не вышло.

Видно наши шефы только на словах интересуются физкультурой в деревне, а на деле совершенно об этом и не думают.

Гис—О.



Где много говорят и мало делают.

Разве это не дело Комсомола?

(Ульский район).

Ульская организация Комсомола хваленная организация, все считают, что она хорошо работает.

А между тем организованный в Улле Совет Физкультуры встречает очень мало поддержки со стороны комсомольцев и поэтому не работает, а прозябает.

Улльские комсомольцы знайте. что не работоспособность Совета Физкультуры большой виной ложится на Вас. В пункте, где имеется хорошая организация Комсомола не может быть скверного Райсовета Физкультуры.

М. Р. Лейбман.

И зимой не качаем.

Строим лыжную станцию.

(Гор. Мозырь).

Нет помещения, где заниматься?

О Доме Физкультуры и думать не приходиться!

Решили взяться за лыжное дело!

В ближайшем времени приступаем к ремонту здания бывшей спасательной станции.

Профшкола делает 50 пар финских лыж и через неделю Мозырские физкультурники становятся на лыжи.

Левтав.

Практикуем лыжные вылазки

(Орша).

25-го декабря группой лыжников Оршанского Клуба Физкультуры была сделана вылазка на лыжах на фабрику: „Днепровская мануфактура“ за 18 верст за городом. Пробег был сделан в общем удовлетворительно (2 ч. 17 м.).

По дороге лыжники останавливались в деревнях, об'ясняли значение лыжного спорта.

В районе пробега лыжниками проведено обследование состояния работы по физкультуре.

Ман.

Отремонтировали клуб.

(Орша).

Усилиями Окрсовета физкультуры в Орше отремонтировали клуб Физкультуры.

Сейчас клуб отвечает санитарным условиям. Надо отметить, что вторгнувшаяся в часть здания Полковая Школа помешала развертыванию работы в читальне клуба, поэтому теоретические занятия приходится переносить в другие клубы.

Ман.

У БУДУЩИХ И НАС

В О'бъединенной Белорусской Военной школе.

Сознательное отношение, понимание необходимости физического воспитания в Армии, со стороны большинства курсантов, значительно—облегчает работу.

Курсанты Военных школ, по окончании випускаются командирами с правом и знанием на должность инструктора по физическому воспитанию в Армии. Это обстоятельство вызывает еще более внимательное отношение к работе их. Занятия по физическому воспитанию контролируются ежегодно антропометрическими и психо-техническими обследованиями, по образованию—зачетами. Таким образом, чувствуется более твердая почва под ногами как у курсантов, так и у преподавателей. Чувствуется, что труд даром не проходит, что работа протекает научно безукоризненно.

Физическое воспитание у нас в школе вовсе не ставит своей целью практические достижения по отдельным видам физупражнений. но тем не менее проводя всестороннее физическое развитие школа не лишена возможности участия в соревнованиях. Так на последнее Окружное соревнование по тяжелой атлетике в Минске, были выставлены совершенно не тренированные курсанты. В результате т.т. *Иванов* и *Дрезлов* заняли первые места в борьбе. Тов *Гончарик* первое место в под'еме тяжести. Сейчас идет подготовка на лыжах. В случае соревнования школа не откажется принять участие в них. Внутри школы начинаются всевозможные соревнования по зимним видам физической культуры. В процессе учебы, повседневной работы, подвизаясь в соревнованиях, курсант учится как побеждать и готовить победителей В результате побед в мирной обстановке Красная Армия с сильным Комсоставом будет непобедима в бою.

Спортплощадка.

(Отрывок из разсказа П. Незнамова Прототип).

... А о том, как дошел я до такой хорошей и просветительной жизни и оказался в Москве, я Вам, товарищ, разскажу сейчас, по порядку.

Я и там в Березовке, на чугунно-литейном всегда стремился к образованию и новому быту. Вот—представьте—задумали у нас строить силами завода, ЕПО и другие учреждения в сообща спортивную площадку. На нашем заводе молодежи много и вся она ходит в физкультурщиках. Я сам тоже принадлежу до физкультуры, можно сказать, крепко принадлежу. Поэтому когда от Завкома стали посылать на Совещание 3-х делегатов, меня обязательно выбрали.

Ну, и собрачие получилось, доложу я Вам! Собрались все ведомствы Березовки и получилось довольно много споров. Одни тянули устроить площадку ближе к станционному саду, на берегу реки. А другие отчаянно заявляли, что не уступят этому желанию—лишь! Дезкать наша линия та, чтобы площадка была в районе завода. Я тоже стоял всей грудью за завод. И очень мне не нравится один, прямо сказать ферт причесанный. Ручки в брючки, нога в ногу и видать, что—из спецов. Он все старался повернуть денавыворот и когда говорил свое слово, меня всего прямо трясло.

Много он наговорил—всего и не упомню, а насчет Спортинтерна: будем мы к нему принадлежат или нет—молчек. И советовал, как спец этих дел, устроить площадку возле станционного сада. Туда—говорит—и публика привыкла ходить, и часто оркестр играет и к разным другим зрелищам можно присоединить высоко полезную физкультуру. И площадку—грит—надо строить не шаляй, а по всем правилам. Англицкую надо взять плошадку – оттуда и весь спорт начался. Лучший прототип для нас оттуда. Так и сделаем- построим у себя английский прототип.

Ну кончил он, кто—ему похло-

тоящих бойцов.

На Крупском допризпункте.

У нас на пункте в Крупках происходят занятия по физкультуре. Занятиями руководит инструктор Борисовского ОСФК.

При пункте организован кружок из допризывников и местных комсомольцев.

Для прохождения занятий РИК'ом отпущено нам помещение.

Мы уж за короткое время допризывного сбора успели устроить два показательных спортвыступления. На выступлениях были вольные движения, пирамиды и т. д.

Допризывник.

Среди милиционеров Белорусской Школы.

В Белорусской Милицейской Школе с 25-го года введено обязательное физвоспитание курсантов.

Программа занятий состоит из двух отделов: 1) Общего физвоспитания 2) Специального (прикладного).

Общее физвоспитание проводится в утренние часы (до занятий) ежедневно.

Специальные днем—четыре раза в неделю. Так что на каждого курсанта выходит зимой по 5 часов занятий в неделю, а весной и осенью, когда занятия ведутся на площадке по 8 часов в неделю.

Кроме обязательных занятий имеется еще кружок—физкультуры в составе 25 человек, который поставил себе целью подготовить хороших поминструкторов.

С большим рвением и интересом относятся милиционеры к занятиям.

Жалко только, что нет помещения и инвентаря. Следовало бы кому надлежит помочь нам в этом.

В К.

пал, а кто и—свист. Меня сильно взяло—я спросил:

— А как же насчет Спортинтерна: будем мы принадлежать к нему или нет?

Он, конечно, замялся, ну деться то ему некуда—он и говорит:

— С моей стороны возражений не имеется, побольше этого Спортинтерну.

Тогда я кричу:

— Што то не похоже чтобы побольше...—и взял слово, вышел на середину и давай его крыть.

Нет—говорю—товарищи делегаты и физкультурщики. Што-то ничего в волнах не видно, што—то не пахнет в сладких речах предыдущего аратора Спортинтерном и пролетариатом. Я хоть и беспартийный и еще его только сижу за уставом еркапе, но Спортинтерна я у него без очков не разгляжу. Да и откуда ему взяться-то!?

Во-первых, он стоит за поближе к саду, где происходят все зрелища и буржуйские удовольствия. Но для чего нам сад и какое нам дело до публики? Сад садом, а площадка площадкой. Мы хотим иметь свою физкультуру, со-ветскую, и в здоровом теле, здоровый дух. А он куда нас тянет? поближе к „публике". Одначе, мы то не „публика". А если публика, то совсем другая...

И во-вторых, что нам за дело до садового оркестра. Мы заведем свой или перетянем из сада садовый и уведем к себе.

В-третьих, около сада на берегу реки сыро, в холодную погоду молодежь зачнет простужаться, опять-же местность имеет большой наклон, неровная и спиливать бугорки нам дорого обойдется. И все это ради чего товарищи? Чтобы быть поближе к расфуфыренным барашнешкам, ко всем этим шляпкам, праздношатающим нетрудовым гадам.

Нет это нам не подходит? И еще сказал предыдущий докладчик, что нам надо строить англицкий прототип. Товарищ! мы-страна советская, у нас все советское и мне очень непонятно, почему это прототип мы должны строить англицкий. Нет, уж если строить прототип, то свой собственный, а с чужими прототипами пускай нянчатся другие...

Физкультура в учебных заведениях.

Гурток Барысаўскага Пед-технікуму.

Нашы педтэхнікумаўцы зразумелі, што дрэнны той настаўнік, які ня будзе разумець фізычнага выхаваньня, і шчыра узяліся за працу. Прайшоў некаторы час і гурток заняў адно з першых мейсц сярод іншых гурткоў Барысаў Гэтак было ў летку.

Прышла зіма. Дзякуючы атсуткасьці прыладаў і матэр'яльных сродкаў праца спынілася. Шукалі дапамогі у дырэктара, але не знайшлі (вельмі ён зацыкаўлены!!!)

Адміністрацыя Тэхнікуму мусіць ня ведае, што Чырвоны настаўнік павінен быць знаемы з справай фізкультуры.

Барысаўскі фізкультурнік.

В Городецкой Профшколе Металлистов.

(Витебский округ).

Организовалось 2 кружка. Заинтересованность громадная. Тормозом служит отсутствие руководитей. Руководят выборные товарищи, которым необходимы методические указания. Кто бы мог это сделать?

По моему журнал „Физкультурник".

С. Школьников.

Все в порядке.

При 1-ой Борисовской Школе имеется кружок, который насчитывает 80 человек. Имеется школьная площадка, оборудуется уголок физкультуры. Выписывается физкультурная литература.

Р. Андриевский.

В школах города Минска.

В текущем 1926 году в семилетках гор. Минска впервые введена единая программа по физкультуре (выработана Учтехкомом МОСФК) и нормальный учет работы. Это нововведение облегчит работу инструкторов в школах.

Ван.

По заводам и мастерским.

Крепим мускулы.

(Минские печатники).

Ста-а-но-вись: Проносится команда по спортзалу.

Мигом длинный ряд синих маек выстраивается ровной шеренгой.

После тяжелого трудового дня работы за кассами и станками, ребята распрямляют свое тело, крепят мускулы. Каждый шаг прибавляет бодрость, с каждым движением ребята чувствуют новые силы.

Нагнав аппетит хлопцы дуют в комсомольскую столовку.

100 человек, конечно, не мало, но все-же еще не все, что можно сделать. Много молодых рабочих и работниц еще не втянуты в наш кружок. Но с каждым днем сыпятся заявления о желании заниматься физкультурой.

Наш кружок должен охватить всех молодых печатников Минска.

Х. В. и А. Б.



На помощь спортинтерну.

МИНСК.

Школа Милиции первая откликнулась на призыв об оказании материальной помощи польским красным спорторганизациям и в первый же день сбора полностью внесла свой взнос.

Всем остальным старостам и инструкторам гор. Минска необходимо взять пример со школы Милиции, т. к. до сего времени несмотря на все просьбы МОСФК до сих пор не один кружок не выполнил своей прямой обязанности по отношению к зарубежным товарищам.

ОРША.

Как и надо было полагать Оршанские физкультурники во главе с инструкторами и своими старостатами живо откликнулись на помощь красным заграничным спортсменам. Ряд проведенных бесед о значении принятия шефства над польскими красными спортивными организациями, закончились сбором интернациональных взносов. Остановка за другими округами.



По СССР и заграницей.

Чемпионат СССР по тяжелой атлетике.

В марте 1926 года в Москве предполагается организация розыгрыша Чемпионата СССР по борьбе, боксу и поднятию тяжести.

Женский турнир по хоккею на льду.

25-го декабря в Москве состоялся первый в СССР турнир женских команд по хоккею на льду.



Красная Спорт-ассоциация „Фикт“ в Галле (Германия) на демонстрации.

Первая восточная спартакиада.

Согласно постановления Президиума КСИ и состоявшейся в конце декабря в Баку Конференции Высшего Совета Физкультуры, ВСФК Азербейджана с 27-го апреля по 2-ое мая 1926 года в Баку состоятся грандиозные спортивные состязания народов Востока под названием: „Первая восточная Спартакиада, в которой примут участие: Турция, Афганистан, Персия, Палестина, Марокко, Китай и Азербейджан.

ШВЕЙЦАРИЯ.

На 7—9 августа 1926 года намечено проведение швейцарского рабочего спортивно-гимнастического празденства в Берне Сообщение печати показывает, что соответственно резолюциям Парижского Конгресса Люцернского Спортинтерна, Люцерницы намерены пригласить международные рабочие спортивные организации. Таким образом можно расчитывать, что секции „Красного Спортинтерна“ будет также приглашены.



Русская спорторганизация в Чехо-Словакии.

ЛАТВИЯ.

28-го октября Раб. Спорт. Клуб „Бривас“, „Вартум“ устроил международное состязание по поднятию тяжести в котором приняли участие русские спортсмены *Спарре и Бухаров* и лучшие латвийские спортсмены. Результаты состязаний таковы: *Бухаров* — рывок одной 145, толчек 160, толчек двумя 250 (нов. мир. рек.). *В. Луман* — рывок одной 135, толчек одной 150, толчек двумя двести. *Пурин* — рывок одной 145, толчек одной 160, толчек двумя 2 0, *Слагу* — толчек 135. рывок 125. *Мачт* (ср. вес) — рывок 150, толчек 170, толчек обеими 240. *Калмин* — рывок одной 135, толчек 150, толчек двумя 210. *Спарре* (СССР) рывок одной 201½, толч. 240, толч. двумя 320 (нов. мир. рек). *Яковский* — рынок 212 (н. м р), толч. 222, толч. двумя 310 (н. м. р.).

МОСКВА.

В Профсоюзах Московской губернии на 1-ое октября 1925 года работало в городе Москве—358 кружков физкультуры и в губернии — 105 кружков физкультуры с общим числом 43.165 человек. Таким образом по сравнении с прошлым годом число участников возросло на 50%. Самое крупное число членов кружков дает Профсоюз Текстильщиков — 16.300 человек.

Красным Спортинтерном дано разрешение на поездку летом украинской футбольной команды в Турцию, кроме того, при посредстве профсоюзов будет произведен обмен квалифицированными командами между СССР и Англией.

О тренировках тяжело-атлетов.

(В порядке предложения).

Если в РСФСР в малом количестве, но есть тренеры по тяжелой атлетике, то у нас, в Белоруссии их совсем нет. Отсутствие указанных инструкторов ставит задачу об изыскании тех методов занятий, кои отвечали бы силам занимающихся, не давая уклонов в этой отрасли физупражнений, укрепляя в то же время весь нервно-мышечный аппарат. Вопросы питания, режима, т.-е. вернее „все 24 часа в сутки физкультура" или забываются или совершенно игнорируются нашими тяжело-атлетами. Необходимо им напомнить вред курения, половой невоздержанности и применение прочих возбудителей и указать на то, что отсюда появляются недоумевающие вопросы: „вчера на тренировке я этот вес поднял легко—он не идет". Нужна культурно-просветительная и воспитательная работа для наших тяжело-атлетов, на тренировках необходимо проводить научно и врачебно-исследовательскую работу, вовлекая самих занимающихся для выведения анализа работы, знакомя их на практически ярких примерах вреда относительно понятия о физкультуре.

Обычно ведь „тренировка" наших атлетов всегда далеко уходит за пределы научно-обоснованных, расчитанных на силы обучающихся, уроков Если они по их словам тренируются то вся эта „тренировка" уходит на то кто больше поднимет. Ежедневно можно заменить „такие" соревнования. Веса в штанге доходят до максимума. В результате: частичный застой крови в венах, плохое питание крови кислородом, отсюда отсутствие правильного питания клеточек, мышцы как-бы набухают, теряя свою эластичность. В моче от таких занятий ежедневно имеется белок, элементы распада, что ярко указывает на перегрузку.

Отсутствует у таких атлетов сон, аппетит. Систематические долго не проходящие боли в суставах в области сухожилий говорят о перетренировке и о частичных растяжениях и вывихах. Вред яркий.

Во избежание таких уклонов, необходимо всех желающих, с разрешения врачебной экспертизы собрать в одно целое. В случае переполнения разделить их на несколько групп по силам и начать систематические занятия. В занятиях изучать темпы различных движений, беря их в основу урока, строя на этой основе нормальный урок Один раз в месяц допустить поднятие тяжестей максимального веса. Группа не должна быть многочисленна (10—15 чел.), дабы среди занимающихся не было бы „зрителей". В уроке изучать темпы одного лишь движения, дабы излишне не переутомлять занимающихся. Занятия проводить не более 2-х раз в неделю.

Урок должен состоять из следующих элементов:

1) Порядковые упражнения—5 минут, как дисциплинирующий фактор, требующий напряженности внимания.

2) Подготовительные упражнения —15 минут, кои по своему содержанию подготовили бы организм к более трудным движениям и были бы в то же время расчитаны на людей сильных физически и выносливых.

К этому отделу отнесли упражнения с палками, гантелями, булавами и пр. предметами небольшого веса. Можно внести: сопротивление, упражнения с мертвым и живым весом, лазание, перетягивание, упоры и висы пр. движения со снарядами и на снарядах.

3) Основа урока: изучение темпов движений на штангах, двойниках, бульдогах и пр. На уроке, не доходить фунтов за 30 до максимума достижений отдельных лиц. На эту часть урока дать 30 минут. Подымать тяжести на разы.

4) Как отвлекающее движение, после отдела 3-го внести классические упражнения туловища и специальные упражнения для ног, кои в

то же время будут служить как разминающее движения и коррегирующие. На них отпустить 5—8 минут. Можно в этот отдел включить жонглирование, упражнений для косых мышц живота, для брюшного пресса.

5) Урок закончить отвлекающими движениями, в каковые включить обливание, душ, массажи и пр.

Бег и прыжки, как упражнения физиологически укрепляющие деятельность сердечно-сосудистого аппарата, придающие ему выносливость, могут включаться в отдел подготовительных упражнений.

Не надо забывать, что предлагаемый урок дан для тренирующегося и уже готового тяжело-атлета и расчитан на 60 минут. Можно уменьшив дозировку основной темы урока во времени и количестве подымаемого веса, приподнести и новичкам.

При такой (рекомендуемой) постановке занятий, или, вернее, говоря языком тяжело-атлетов, тренировке можно уверенно сказать, что: „будут достижения с минимальной затратой энергии, с максимальным приростом здоровья“.

Один раз в две недели проводить беседы, а где возможно и один раз — в одну неделю на различные темы, как-то: „человеческое тело и его физиологическое свойство во время тренировок и соревнований“, Физкультуры в 24 часа“, „влияние тяжелой атлетики на отдельные органы человеческого тела“ и пр.

Желательно, чтобы у каждого занимающегося в группе был бы дневник, в который инструктор вносил бы после занятий различного рода пометки о достижениях — отрицательных или положительных, где врач мог-бы записывать данные своего осмотра и сам тяжело-атлет свои чувства, соображения.

Саввич.

ОБ'ЯВЛЕНИЕ.

С 21-го ПО 26-ое ФЕВРАЛЯ с. г.

Высшим Советом Физической Культуры Белоруссии

БУДУТ ПРОИЗВОДИТЬСЯ

ВСЕБЕЛОРУССКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ

ПО ПОДНЯТИЮ ТЯЖЕСТЕЙ и ФРАНЦ. БОРЬБЕ.

К участию в этих соревнованиях допускаются взявшие первенство в округах по классу „А“ и „Б“.

Участники будут разделены на 6 весов:

Вес „Пара“	до 58 кл.	(141 ф. 61 з.)
„ легчайший	до 62 кл.	(151 ф. 38 з.)
„ легкий	до 67,5 кл.	(164 ф. 80 з.)
„ средний	до 75 кл,	(183 ф. —)
„ полутяжелый	до 82,5 кл.	(201 ф. 32 з.)
„ тяжелый свыше 82, 5 килограмм.		

В. С. Ф. К.

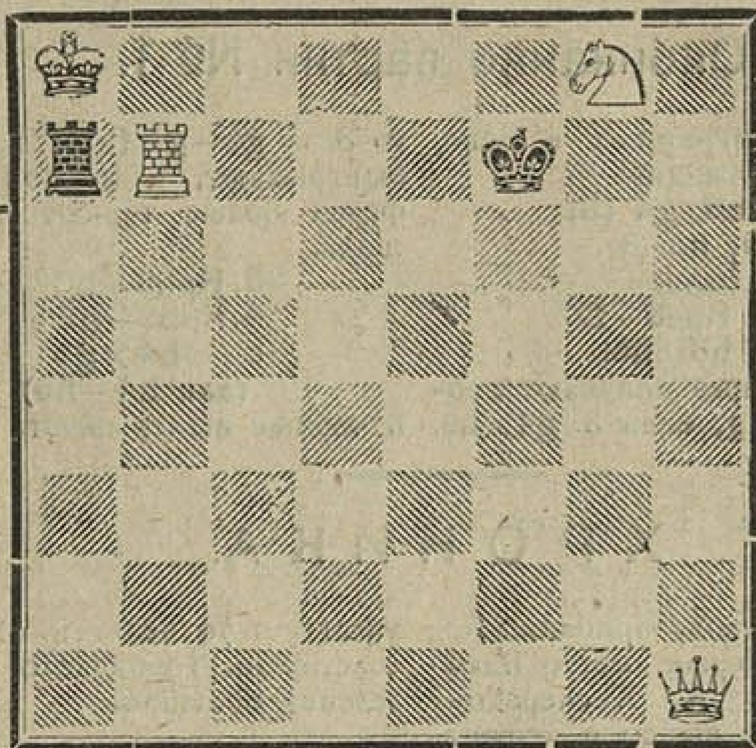
Редактор: ЦЕЙТЛИН. ЛУКАШЕВИЧ.

ШАХМАТНЫЙ ОТДЕЛ

(Под редакцией В. И. СУДНИКА).

№ 2. **25-го Января 1926 года.**

Задача № 2.—О. Блюменталя.



Бел.: Крf7, Фh1, Лb7, Kg8 (4); **Черн.:** Кра8, Ла7 (2).

Мат в 3 хода.

Этюд № 2 —Ф. Закмана.

Бел.: Кр.f5, Лa1 (2).

Черн.: Крh7, Cb6, п c5 (3).

Белые начинают и выигрывают.

Задача № 3.—О. Fuss.

Бел.: Крc8, Фc2, К b5, kf8, пc5 (5)

Черн.: Крd5, пc7.

Мат в 3 хода.

НАШ КОНКУРС.

Для всех наших читателей об'является конкурс решений всех задач и этюдов кои будут напечатаны в нашем отделе с настоящего №-ра по 1-е мая.

Решения должны быть полные с указанием всех существенных вариантов. Решения должны присылаться в течении одного месяца со дня выхода в свет №-ра журнала.

За правильное решение всех задач и этюдов будут выданы три приза (шахм. книги). Решения посылать на имя редактора отдела с пометкой: «на конкурс решений».

ПАРТИЯ № 2.—Испанская.

Играна 12-го Января 1926 года в чемпионате г. Минска.

А. КАСПЕРСКИЙ — БЛЮМБЕРГ.

1. e2—e4, e7—e5; 2. Kg1—f3, Kb8—c6; 3. Cf1—b5, Cf8—c5 (Наиболее часто продолжают 3...a6; 4. Ca4, Kf6; 5. 0—0, Ce7; 6. Лe1, b5 и т. д.); 4. 0—0 (Тартаковер рекомендует здесь 4. c3 с последующ. 5. d4), Kg8—e7; 5. c2—c3, 0—0 (В партии Чайес—Боголюбов, Карлсбад, 1923, было сыграно 5...Cb6! 6. d4, e:d; 7. c:d, d5; 8. e:d, K:d5; 9. Лe1. Ce6; 10. Cg5, Фd6 с недурной игрой у черных. Плохо 5...d5, из-за 6. K:e5, d:e; 7. K:f7, Кр::f7; 8. Фh5+); 6. d2—d4, e5:d4; 7. c3:d4, Cc5—b6; 8. d4—d5, Kc6—b8; 9. d5—d6!, c7:d6; 10. Фd1:d6 (Сильнее было 10. Cf4!, Cc7; 11. Kc3, a6, 12. Cc4, b5; 13. Cb3, Cb7; 14. C:d6, C:d6; 15. Ф:d6 с значительн. превосходством в развитии), Cb6—c7; 11. Фd6—d3, d7—d5; 12. Cc1—g5, f7—f6; 13. Cg5—h4, d5:e4; 14. Фd3:e4; Kb8—c6; 15. Kb1—c3, Cc8—f5; 16. Фe3—c4+, Крg8—h8; 17. Лa1—d1, Фd8—c8; 18. Лf1—e1, a7—a6; 19. Cb5:c6, Ke7:c6; 20. Ch4—g3; Cc7:g3; 21. h2:g3, Cf5—g4; 22. Лe1—e4, Cg4:f3; 23. g2::f3, Kc6—e5; 24. Фc4—e2, Лf8—d8; 25 Крg1—g2, Лd8:d1 26. Фe2:d1, Ke5—c6 (Лучше было 26...Фc6); 27. Фd1—d5, Фc8—c7; 28. Фd5—e6, h7—h6 (Плохо, т. к. ослабляет королевский фланг, создавая «дыру» на g6, но лучшего ничего и не придумаешь. Отступление ферзя на 8-ю линию тоже не сулит ничего хорошего); 29. Kc3—d5, Фc7—d8. 30. Kd5—f4, Лa8—b8 (?) (А это вообще непонятно. Всю партию черные играют очень вяло); 31. Kf4—g6+, Крh8—h7; 32. Kg6—h4, Фd8—c8; 33. Фe6—b3, Kc6—e5; 34. f3—f4, Ke5—c6; 35. Фb3—f7, Фc8—f8; 36. Фf7—g6+, Крh7—h8; 37. Kh4—f5, Фf8—g8; 38. g3—g4, Фg8—h7; 39. Лe4—e8+, Лb8:e8; 40. Фg6:e8+, Фh7—g8; 41. Ф.e8—d7

Кс6—b4; 42. f2—f3 (На 42. Ф:b7, очевидно, последовало бы Фd5+; 43. Ф:Ф, К:Ф с вероятной ничьей); Кb4—d5; 43. Крg2—g3, b7—b6; 44. Кf5—d6, Крh8—h7; 45. Кd6—f7, Фg8—a8; 46. Фd7 f5+, Крh7—g8; 47. Фf5—g6, Крg8—f8. (Угрожало 48. К:h6+); 48. Кf7—d6, Крf8—e7 (Вынуждено, т. к. на 48...Крg8, последовало бы 49. Кf5); 49. Кd6—f5+, Кр e7—d7; 50. Кf5:g7, Фa8—f8; 51. Фg6—f5+, Крd7—c6; 52. Фf5 - e6+, Фf8—d6; 53 Фe6:d6+, Крc6:d6; 54. Кg7—f5+, Крd6—e6; 55. Кf5:h6, Кd5 - b4; 56. a2—a3, Кb4—d3; 57. b2—b4, Кd3—b2 (Ошибка. Правильно было 57... Кe1); 58. Кh6—f5, b6—b5; 59. Кf5—e3, Кb2—d3; 60. g4—g5, Крe6—f7; 61. Крg3—g4, Кd3—b2; 62. Крg4—f5, Кb2—c4? (Только ускоряет проигрыш и без того проигранной партии); 63. Кe3:c4, b5:c4; 64. Крf5—e4, Сдался.

Окончание партии № 1.

В одной из партий, игранных в Вене, создалось следующее положение:

белые: Крh2, п h3, g4 (3)
черные: Крe3, g5, h6 (3).

Ход черных. Они сыграли:

1. . .		Крe3—f2
2. h3	h4	h6 h5!

После этого хода черные получают проходную пешку на линии g; если 3. g4×h5, то 3. ... g5—g4 (или 3. hg, hg), и черные выигрывают, т. к. при движении пешек в ферзи белые теряют один ход вследствие шаха.

3. Крh2 - h3	Крf2—f3
4. Крh3—h2	h5×g4
5. h4×g5	Крf3—f2
(или h4—h5)	

и черные выигрывают.

ХРОНИКА.

Минск. Чемпионат города приближается к концу. Кандидат на первое место Блюмберг проигрышем партии А. Касперскому значительно ухудшил свои шансы и, очевидно, займет 3-е место. Положение турнира следующее: А. Касперский $6^1/_2$ из 8, Розенталь 6 из 8, Блюмберг $7^1/_2$ из 10, Гауберг $4^1/_2$ из 7, Майзель Гр. $6^1/_2$ из 9 и т. д.

— В клубе „КИМ“ происходит групповой турнир, участники коего разбиты на 5 групп.

— 17/I начался чемпионат клуба им. К. Маркса.

Борисов. Здесь существует 3 ш/ш. кружка, об'единяющих до 200 шахм. и шашистов. Всей работой рук. ш/ш. секция, организованная в ноябре м-це м. г. На днях заканчивается первый городской турнир, в коем участвует 70 человек. Интерес к турниру как со стороны городского, так и сельского населения большой.

Климовичи. Возобновил свою деятельность ш/ш. кружок при парт.-рабоч. клубе. Кружок об'единяет 15 шахматистов и 15 шашистов. Шахматная жизнь города протекает оживленно. Участником 2-го Всебелорусского турнира городов т. Давыдовым даются сеансы одновременной игры. 5/I начался чемпионат.

Патковский.

Слуцк. 20/XII состоялся товарищеский матч на 20-ти досках между шахкружком клуба Крейнеса и общеобразовательными курсами. Результат $12^1/_2 : 7^1/_2$ в пользу первого. 22/XII начался городской турнир при 21 участнике.

К НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ.

Редакция отдела обращается ко всем, особенно, провинциальным, любителям шахматной игры с просьбой присылать шахм. хронику города, местечка, деревни или клуба, а также задачи, этюды, партии и т. п.

Весь присылаемый материал, по мере возможности, будет с благодарностью помещаться в одном из ближайших №№-ов.

С своей стороны, на все вопросы редакция охотно будет давать ответы.

Только при коллективной работе, отдел можно будет сделать ценным, интересным и массовым.

Корреспонденции направлять по адресу: г. Минск, Свердловская, 31, кв. 4. В. И. СУДНИКУ.

НОВОЕ В ЛИТЕРАТУРЕ.

В изд. „Физкультиздата“ вышла в свет книга Г. Фарни. „Концы игр в шахматах“. Пер. под ред. В. И. НЕНАРОКОВА. Стр. 64. Ц. 50 коп.

Клубы! больше внимания шахматам.



ФИЗКУЛЬТУРНИКИ БЕЛОРУССИИ ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ НА СВОЙ ЖУРНАЛ

„ФИЗКУЛЬТУРНИК",

КОТОРЫЙ ВЫХОДИТ 10 и 25 КАЖДОГО МЕСЯЦА.

УСЛОВИЯ ПОДПИСКИ:

На 1 год —24 номера —2 руб. 40 коп.
На 6 мес.—12 номеров—1 руб. 20 коп.
На 3 мес— 6 номеров— 60 коп.
На 1 мес.— 2 номера — 20 коп.
НОМЕР В РОЗНИЧНОЙ ПРОДАЖЕ—12 коп.

ПРЕМИИ: * * * * *

1) 10 кружков, давшие наибольшее число подписчиков получают оборудование для уголка физкультуры.

2) Округ, давший наибольшее количество подписчиков получает физкультурную библиотечку.

ПОДПИСКА ПРИНИМАЕТСЯ ПО АДРЕСУ:

ВСФКБ, МИНСК, РЕВОЛЮЦИОННАЯ, ДОМ № 2.

ПРИ ПОДПИСКЕ ТОЧНО УКАЗЫВАТЬ ИМЯ, ФАМИЛИЯ, ОКРУГ, РАЙОН, КРУЖОК.

Главлитбел № 15569.—Тираж 1500.